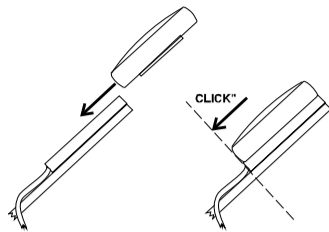
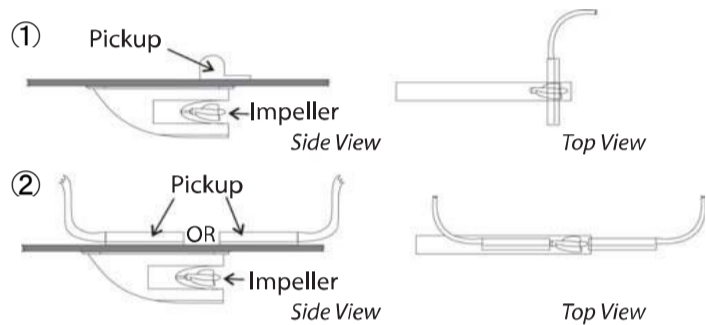
取扱説明書

取付方法

・本体
付属のブラケットの上から、本体をカチッと音がするところまでスライドさせます。
ブラケットは、別売のブラケットをお使いになり、ストレッチャーやリガー、デッキなどに固定すると便利です。

・インペラー
船底（ハル）に外側から両面テープやビニルテープで貼り付けます。
艇の先端から5mの位置が安定した水流が得られるため、最適です。
スピードセンサーがインペラーの真上に届く範囲で取り付けてください。
（2X以上の艇には専用のセンサーをご購入ください。）

・スピードセンサー（青）
センサーケーブルの青色の方がスピードセンサーです。
艇をはさんだインペラーの上に、下記①または②の方法で両面テープなどを使って貼り付けてください。

・レートセンサー(黒）
センサーケーブルの黒色の方がレートセンサーです。
シートの可動範囲、およびレール幅の中央に両面テープなどで貼り付けます。

・マグネット
シートの裏面に貼りつけます。
レートセンサーとの距離が22～28mmの間になるように、設置するようにしてください。

基本的な使い方

電源を入れる

上のボタンを1回押すと電源が入り、これまでの合計距離が表示されます。
（1回目）

もう一度、上のボタンを押すと、Just Rowモードで保存されたメモリ数が表示されます。
（2回目）

さらに、上のボタンを押すと、Workoutモードで保存されたメモリ数が表示されます。
（3回目）

もう一度、上のボタンを押すと、Just Rowモードになります。
（4回目）

電源を切る
上のボタンを長押しし、"OFF"という表示が出たら指を離してください。

Just Rowモードで使う
このモードではセットアップで設定した間隔でデータが保存されます。
上記方法で電源を入れ、漕ぎ始めるだけでJust Rowモードが動き始めます。
Just Rowモードで上のボタンを押すと、RUN/STOPが切り替えられます。
STOPの状態では、タイマーと本数はカウントされません。

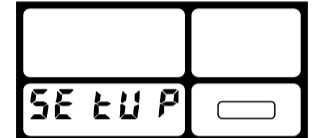
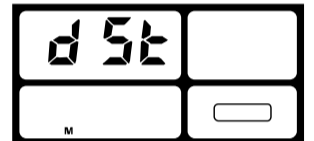
Workoutモードで使う （後述します）

表示

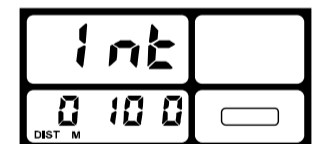
・左下の画面表示
下のボタンを押す度に、表示項目を変えることができます。
「距離」「平均速度」「時間」「ストローク数」「ALL」が順番に変わります。
「ALL」では、すべての項目が順々に表示されます。

・左上の画面表示
下のボタンを長押しすると、スピードの表示方法を変えることができます。
「/500m（500mラップ）」「M/S(速度）」の2種類があります。
速度の単位はセットアップで変えることができます。（前述）

セットアップ

セットアップでは、測定単位・メモリの保存間隔・ストロークモード・キャリブレーション・バックライトの設定を行います。セットアップモードにするには上のボタンを長押しし、SETUPと表示されたところで指を離します。
セットアップモードでは、下のボタンを押す度に設定可能な項目が変わります。
設定画面を終了するには、上のボタンを長押しします。

①測定単位の設定
"dst"が点滅している状態で、上のボタンを押すと測定単位が設定できます。下のボタンを押す度に、「M」「KM」「NM」「MILE」と順に表示が移動します。利用したい単位が点滅した状態で上のボタンを押します。

UNIT SELECTION AND MEMORY

SETUP SHOWS	DISTANCE UNITS	SPEED UNITS	PACE UNITS	MEMORY INTERVAL	TOTAL MEMORY
M	M (meters)	M/S (meters per seconds)	/500M (projected time for 500 meters)	100 M (100 meters)	2500 M 2500 M
KM	KM (kilometers)	M/S (meters per seconds)	/500M (projected time for 500 meters)	0.500 KM 0.500 KM (500 meters)	12.50 KM 12,50 KM
NM	NM (nautical miles)	KTS (knots, naut miles/hour)	/NM (projected time for 1 naut miles)	0.500 NM 0.500 NM (½ naut miles)	12.50 NM 12,50 NM
MILE	MILE (statute miles)	MPH (statute miles per hour)	/MILE (projected time for 1 statute mile)	0.500 MILE 0.500 MILE (½ statute miles)	12.50 MILES 12,50 MILES

②メモリの保存間隔の設定
"int"が点滅している状態で、上のボタンを押すとJust Rowモードでのメモリ保存間隔が設定できます。

保存間隔は「距離（DIST）」「時間（TIME）」「ストローク数（STR）」の三種類から選ぶことができます。DISTが点滅した状態で、下のボタンを押すと、DIST→TIME→STRが順に選択できます。

設定したい項目に移動ができたら、上のボタンを押すことで、数値を設定できます。

例えば2分ごとにデータを保存したい場合、
TIMEが点滅した状態で上のボタンを押します。上のボタンで「分」のところまで点滅を移動させ、下のボタンで数値を2に合わせます。

③ストロークレート測定方法の設定
"str"が点滅している状態で、上のボタンを押すとストロークモードが設定できます。
下のボタンを押して、ご利用になるモードを選択してください。
2-Str ： ボート(シートスイッチ使用）
1-Str ： カヤック（パドルスイッチ使用：別売）
0-Str ： カヌー（パドルスイッチなし） →レートは表示されません

セットアップ(続き)

④キャリブレーション

“CAL”が点滅している状態で、上のボタンを
押すとキャリブレーションが設定できます。

上のボタンを押す度に、変更する位の移動が
できます。下のボタンを1回押すごとに、数値が増加します。

<補正値の計算>
正確な測定を行うために、キャリブレーションは必ず行ってください。
1. 距離表示のあるコース(または正確な距離がわかる場所)で実際に漕いで
表示された航行距離を確認します。距離は2回ほど漕いで平均値を出します。
また、川など流れのある場所では上下流ともに漕ぐようにして下さい。
2. 下記の式により、新しい補正値を計算します。

【 旧補正値×実際の距離÷表示された距離 ＝ 新しい補正値 】

(例)最初の補正値が1.000で、500mを漕いだが、表示は480mだった場合
(1.000×500)÷480 ＝ 1.042

3. 前述の方法により、補正値を本体に入力します。

※電池交換をすると、設定がリセットされますので、計算値は記録してください。
※本体、およびセンサーを交換した際には、再度、補正が必要です。

⑤バックライトの設定

“lite”が点滅している状態で、上のボタンを
押すとバックライトの表示間隔が設定できます。
希望する設定値が表示されるまで下のボタン
を押してください。

ALL ： すべてのストロークで点灯
2nd ： 2本に1本点灯
3rd ： 3本に1本点灯
4th ： 4本に1本点灯
5th ： 5本に1本点灯

※数本間に点灯するようにすると
電池の消耗を抑えることができます。

⑥PCモード

別売のインターフェースを使い、パソコンと接続する際にこのモードにします。
PCモードでは、保存データのアップロードや、ワークアウトモードのプログラム
メニューを管理することができます。

メモリ

・メモリの呼び出し

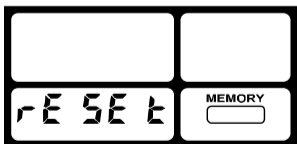
保存されたデータを表示するには上のボタンを
長押しし、rECLと表示されたところで指を離します。

右下にMemoryと点滅している間に、上のボタンを
押すと、Just Rowモードで保存されたデータが
表示されます。

右下にMemoryが点滅している間に、下のボタンを
押すと、workoutの点滅に変わります。
workoutと点滅している間に上のボタンを押すと
workoutモードでの保存データが表示されます。

保存されたデータを表示している間は、上のボタンを押すごとに、次の保存データ
(インターバル)に移動します。
また、下のボタンで、左下に表示する項目を変更できます。
リコールモードを終了するには、上のボタンを1. 5秒間長押しします。

・メモリの消去

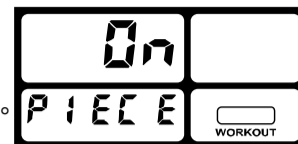
保存されたデータを消去するには上のボタンを
長押しし、rESEtと表示されたところで指を離します。

メモリの消去方法はJust Rowモードのデータのみ、
work outのデータのみ、またはその両方の3つ
から選ぶことができます。消去したいモードが右下の表示枠に点滅している状態で、
上のボタンを押します。モード表示が点滅から点灯に変わった後、下のボタンを押す
と消去が実行されます。

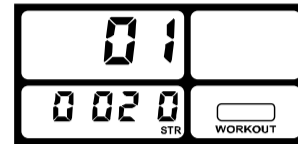
MEMORY ・・・ Just Rowモードで保存されたデータのみ消去
WORKOUT ・・・ work outモードで保存されたデータのみ消去
MEMORY／WORKOUT ・・・ すべての保存データを消去

ワークアウトの設定

SpeedCoach Goldには、“Just Row”と“Workout”の2つのモードがあり、Workout
モードでは、インターバル、ピラミッド漕など、いろいろなメニューをプログラムし
タイム・距離・平均スピード・ストローク数などのデータをインターバルごとに保存
できます。

①Work outモードをonにする

Work outモードをオンにするには上のボタンを
長押しし、PIECEと表示されたところで指を離します。
左上にonが点滅していることを確認し、上のボタン
を押すと、メニューのプログラムへ移ります。
offが表示された状態で上のボタンを押すと、Just Rowモードに戻ります。

②メニューの設定

Work outモードをonにすると、プログラムの設定に
移ります。上のボタンで点滅している箇所の移動、
下のボタンで点滅している箇所の値の変更を
行います。
左上はインターバルナンバー、左下にメニューの
内容が表示されます。

STR ストローク数を設定
DIST 距離を設定
TIME 時間を設定

(例)20本 on/1分オフ/30本 on/1分オフ をプログラムしたい場合
#01 STR 20
#02 TIME 1:00
#03 STR 30
#04 TIME 1:00 と設定します。

インターバルナンバーは100まで設定できます。設定していないインターバルへ
到達すると、work outは終了となります。

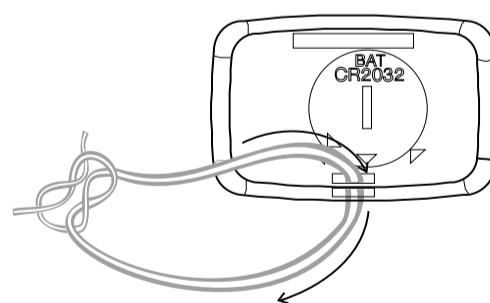
③メニューの繰り返し設定

メニューがプログラムできたら、上のボタンを
長押しします。rPEAtと表示されるので、設定
したメニューを繰り返すかどうかを選択します。
onを選ぶと、漕ぎやめるまでメニューが繰り
返され、offを選ぶとメニューを1回行い終了と
なります。

なお、①の状態で上のボタンを長押しすると、②を飛ばし③にショートカットします。

メンテナンス・保管

本製品では【CR2032 3V】のリチウムバッテリーを2個使用します。
画面側が、本体作動用、蓋側がバックライト用です。必要に応じて、バッテリーの
交換をしてください。
円形の蓋はコインなどを用いて開閉してください。また、開閉時には防水用
の黒いリングが溝に装着されていることをご確認ください。

画面の破損を防ぐために、使用しないときは専用のポーチに入れて保管してください。
画面を磨く際には水で砂などを洗い流してから拭いてください。また、ボートからの
落下防止に付属のストラップを本体下の溝に通してご使用ください。

高温になる場所や、塵が多いところには保管しないようにしてください。

製造・販売

製造元
Nielsen-Kellerman
21 Creek Circle・Boothwyn, PA 19061, USA

販売店
桑野造船株式会社
〒520-0357 滋賀県大津市山百合の丘10-1
TEL 077-598-8090 FAX 077-598-2505 kuwano@k-boat.co.jp

20140726